



**UNIVERSITAS ANDALAS**

**HUBUNGAN KONSUMSI PANGAN *INHIBITOR* DAN  
*ENHANCER* FE, BIOAVAILABILITAS FE, *BODY*  
*IMAGE* DAN KONSUMSI TABLET TAMBAH  
DARAH DENGAN STATUS ANEMIA  
REMAJA PUTRI SMAN 1 ENAM  
LINGKUNG TAHUN 2024**

Oleh :  
Suci Rahmi Atta  
No. BP. 2011223014

Pembimbing 1 : Dr. Fivi Melva Diana, S.KM, M. Biomed  
Pembimbing 2 : Resmiati, SKM, MKM

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Gizi**

**PROGRAM STUDI GIZI  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS ANDALAS  
PADANG, 2025**



**UNIVERSITAS ANDALAS**

**HUBUNGAN KONSUMSI PANGAN *INHIBITOR* DAN  
*ENHANCER* FE, BIOAVAILABILITAS FE, *BODY*  
*IMAGE* DAN KONSUMSI TABLET TAMBAH  
DARAH DENGAN STATUS ANEMIA  
REMAJA PUTRI SMAN 1 ENAM  
LINGKUNG TAHUN 2024**

Oleh:

**SUCI RAHMI ATTA**

No. BP. 2011223014

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan  
Gelar Sarjana Gizi**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS ANDALAS  
PADANG, 2025**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS ANDALAS**

**Skripsi, Januari 2025**

**Suci Rahmi Atta, No. Bp. 2011223014**

**HUBUNGAN KONSUMSI PANGAN *INHIBITOR* DAN *ENHANCER* FE,  
BIOAVAILABILITAS FE, *BODY IMAGE* DAN KONSUMSI TABLET TAMBAH  
DARAH DENGAN STATUS ANEMIA REMAJA PUTRI SMAN 1 ENAM  
LINGKUNG TAHUN 2024**

**vi + 86 halaman, 10 tabel, 3 gambar, 15 lampiran**

**ABSTRAK**

**Tujuan**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan konsumsi pangan *inhibitor* dan *enhancer* Fe, bioavailabilitas Fe, *body image* dan konsumsi tablet tambah darah dengan status anemia pada remaja putri.

**Metode**

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *cross sectional study*. Sampel penelitian sebanyak 117 remaja putri di SMAN 1 Enam Lingkung. Teknik pengambilan sampel menggunakan *proportional random sampling*. Data penelitian dikumpulkan dengan pengukuran hemoglobin dan wawancara dengan menggunakan kuesioner yang mencakup pola konsumsi (SQ-FFQ), *body image* dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah. Data dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan analisa uji *chi-square* dengan derajat kepercayaan 95% ( $\alpha=0,05$ ).

**Hasil**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 21,4% responden mengalami anemia, sebesar 54,7% responden memiliki frekuensi pola konsumsi pangan *inhibitor* Fe sering, 92,3% responden memiliki frekuensi pola konsumsi pangan *enhancer* Fe jarang, 68,4% responden memiliki persentase bioavailabilitas Fe rendah, 56,4% responden memiliki *body image* negatif, dan 63,2% responden tidak patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Terdapat hubungan yang bermakna antara *body image* dengan status anemia ( $p=0,045$ ), konsumsi tablet tambah darah dengan status anemia ( $p=0,000$ ). Tidak terdapat hubungan antara konsumsi pangan *inhibitor* Fe, *enhancer* Fe dan bioavailabilitas Fe dengan status anemia ( $p>0,05$ ).

**Kesimpulan**

Konsumsi pangan *inhibitor* dan *enhancer* Fe dan bioavailabilitas Fe tidak memiliki hubungan yang bermakna dengan status anemia pada remaja putri di SMAN 1 Enam Lingkung tahun 2024. *Body image* dan konsumsi tablet tambah darah memiliki hubungan yang bermakna dengan status anemia pada remaja putri di SMAN 1 Enam Lingkung tahun 2024. Diharapkan agar remaja putri memperhatikan pola makan yang dikonsumsi dan meningkatkan konsumsi tablet tambah darah untuk memelihara kadar Hb tetap normal.

**Daftar Pustaka** : 72 (1999-2024)

**Kata Kunci** : Anemia, Bioavailabilitas, *Body Image*, *Enhancer*, *Inhibitor*

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH  
ANDALAS UNIVERSITY**

**Thesis, January 2025  
Suci Rahmi Atta, No. Bp. 2011223014**

**THE RELATIONSHIP BETWEEN CONSUMPTION OF FE INHIBITOR AND  
ENHANCER FOODS, FE BIOAVAILABILITY, BODY IMAGE AND  
CONSUMPTION OF IRON TABLET SUPPLEMENTATION WITH ANEMIA  
STATUS OF FEMALE ADOLESCENTS AT SMAN 1 ENAM LINGKUNG IN 2024**

**vi + 86 pages, 10 tables, 3 pictures, 15 appendices**

**ABSTRACT**

**Objective**

This study aims to determine the relationship between consumption of Fe inhibitor and enhancer foods, Fe bioavailability, body image and consumption of iron tablet supplementation with anemia status in female adolescents at SMAN 1 Enam Lingkung.

**Metode**

This study used a cross-sectional study design. The research sample was 117 female adolescents at SMAN 1 Enam Lingkung. The sampling technique used proportional random sampling. Research data were collected by measuring hemoglobin and interviews using a questionnaire covering consumption patterns (SQ-FFQ), body image and compliance with iron supplement tablet consumption. Data were analyzed univariately and bivariately using chi-square test analysis with a 95% confidence level ( $\alpha = 0.05$ ).

**Result**

The results showed that 21.4% of respondents had anemia, 54.7% of respondents had a frequent consumption pattern of Fe inhibitor foods, 92.3% of respondents had a rare frequency of Fe enhancer foods, 68.4% of respondents had a low percentage of Fe bioavailability, 56.4% of respondents had a negative body image, and 63.2% of respondents were not compliant in consuming iron tablets. There was a significant relationship between body image and anemia status ( $p = 0.045$ ), consumption of iron tablets with anemia status ( $p = 0.000$ ). There was no relationship between consumption of iron inhibitor foods, iron enhancers and iron bioavailability with anemia status ( $p > 0.05$ ).

**Conclusion**

Consumption of Fe inhibitor and enhancer foods and Fe bioavailability did not have a significant relationship with anemia status in female adolescents at SMAN 1 Enam Lingkung in 2024. Body image and consumption of iron tablet supplementation had a significant relationship with anemia status in female adolescents at SMAN 1 Enam Lingkung in 2024. It is hoped that young women will pay attention to their diet and increase their consumption of iron tablet supplementation to maintain normal Hb levels.

**References** : 72 (1999-2024)

**Keyword** : Anemia, Bioavailability, Body Image, Enhancers, Inhibitors